

連載講座

大人の発達障害へのかかわり方のポイント

渡邊 良弘*

*新潟県労働衛生医学協会 医師

1. はじめに

わが国における成人の発達障害が増加する現象について近年よく知られるようになった。ただし発達障害を「グレーゾーン」を含む生き辛さの問題と捉える考え方もある一方、非専門家による過剰診断による懸念もある。このため本論は医学的診断がついたものの障害を明言せず就職後に困難が生じる自閉症スペクトラム障害 (autism spectrum disorder, ASD)を念頭に論じることとしたい。

2. 注意ポイント

同質性の強い学生時代までは自分のペースで問題解決を回避したり先延ばししたりして、課題を友人に手伝ってもらい問題の表面化を避けることできる¹⁾。就職後には個々の能力が明らかになり、上司や同僚など年齢階層も出自も異なる職場において、他人の言葉を理解できない、自ら上手く伝えることができない、好ましくない言葉を使い相手を不快にさせる、身勝手と思われる行動をする、約束・期限を頻繁に失念する²⁾などが起きる。

課題への取り組みが雑で「ていねいさ」など質を意識することが苦手であり、全体の流れに気が回らず、配慮に欠ける断定的な言動により上司同僚と対立することもある。

与えられた課題に応じ作業の質やスピードを判断し当意即妙に変えることができない。また急な予定変更にも弱く臨機応変に対応し緊急に備えることに不得手なこともある。行動がこなれてパターン認識できるようになるまで遠隔地で単独で判断する仕事に従事させられないこともある。

精神症状としては抑うつ・不安焦燥が並存する他にも自宅で自傷行為を起こす例では解離状態をきたすこともある。また心的外傷から生起する対人過敏とこれから免れようとして自傷して解離する³⁾こと

もある。解離性幻聴は統合失調症性幻聴と鑑別⁴⁾を要する。ASDの幻聴は幻聴の持続時間が短く症状が比較的改善しやすい⁵⁾とされる。なお統合失調症者のなかに自分はASDではないかと深く悩む⁶⁾現実もある。

3. 対応のヒント

なるべく円滑な対人関係と作業能力向上に寄与する事項を挙げる。

報告・連絡・相談(ホウ・レン・ソウ)が苦手であれば上司との短時間の対一の打ち合わせをこまめに設定する。業務遂行の方法、時間の目途、業務が終わったら連絡する等指示にし、作業工程への理解と方向性にずれがないよう促す。口頭だけでなく視覚的に簡潔な文字情報と図式で説明して一緒に「やってみせる」行動シミュレーションも有益である。否定や命令よりも提案型⁷⁾の声かけを意識する。事実を情報共有し、提案型の「～するといい」といった後押しで上手にやる気をもせ「乗りよく」仕事をこなしていく例もある。

不適切な言動が発生した時は短時間のうちに好ましい行動変容に向かわせる。先ずどうしてそのような行動を行ったか本人目線で話す、次にそれが適切であることを説明した後「仕方ない」と言い添える、そして好ましい言動が何であったか具体的な提案で「今度は上手くやれたらいいね」などと絶対要求でなく相対要求で伝えるのが望ましい。

情緒的コミュニケーションを活用し、職場に関連するいらいら(焦燥)、もやもや(不安)は上司同僚と「一緒に苦労していこう」というメッセージを繰り返し伝える。

心的外傷の回復途上では脅威を受けないかと対人過敏となり警戒と怯えがみられる。「心の叫び」のような発言については傾聴にとどめ脅威の嵐が過ぎ去るまでの一過性の現象とみて見守る方が実りある。

医療者の情の向け方としては温籍と惻隠⁸⁾が重要である。温籍とは心から受け入れる用意があるという意味であり、惻隠とは否定的な事実強く触れず少し肯定的な情を向けることである。

4. まとめにかえて

増加する成人の発達障害について ASD を念頭に職場における注意のポイントと対応のヒントについて論じた。医学的配慮を職場に主治医が要請しても職場の十分な納得が得がたいことが稀ならずある。弱みへの配慮だけでなく、それに勝る強みが発揮されることが求められる。得手不得手について話し合う⁹⁾ことで生き辛さを感じる頻度が少なくなることを目指したい。

5. 参考文献

- 1) 佐藤恵美：医療機関における心理社会的支援 - 職場トラブルから受診に至る場合. *こころの科学* 195 : 32-36, 2017.
- 2) 井上勝夫：働くことと自閉スペクトラム症, 特集・職場の発達障害, *こころの科学* 195:10-16, 2017.
- 3) 水島広子：対人関係療法でなおす トラウマ・PTSD 問題と障害の正しい理解から対処法, 接し方のポイントまで. p32-51, 創元社, 東京, 2011.
- 4) 内山登紀夫：成人期の自閉症スペクトラムー診断と鑑別診断. *そだちの科学* 13: 2-13, 2009.
- 5) 柴山雅俊：解離の構造・私の変容と〈むすび〉の治療論. p165-p175, 岩崎学術出版社, 東京, 2010.
- 6) 村井俊哉：統合失調症. p69-p71, 岩波新書, 東京, 2019.
- 7) 渥美由喜：発達障害の個性を活かす職場づくり・当事者・研究者として. *こころの科学* 195: 67-72, 2017.
- 8) 清水将之：私説 児童精神医学史・子どもの未来に希望はあるか. p127, 金剛出版, 東京, 2018.
- 9) 村上伸治：おとなの発達障害への発達障害を前面に出さない治療, *そだちの科学* 31: 51-57, 2018.